

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	7
Wie Sie erfolgreich mit dem Buch arbeiten .....	9
<b>1 Lektion 1: Mit Small Talk gewinnen .....</b>	<b>13</b>
1.1 Was haben Sie von Small Talk? .....	15
1.2 Wann und mit wem sollten Sie locker plaudern können? .....	23
1.3 Die zehn häufigsten Small Talk-Killer .....	28
<b>2 Lektion 2: Die wichtigsten Essentials aus der Kommunikationspsychologie .....</b>	<b>37</b>
2.1 Man kann nicht nicht kommunizieren .....	37
2.2 Das Vier-Ohren-Modell .....	38
2.3 Sie kommunizieren über drei Kanäle .....	38
2.4 Der psychologische Hintergrund des Small Talk .....	40
<b>3 Lektion 3: Hemmungen überwinden – Small Talk beginnen .....</b>	<b>43</b>
3.1 Wie Sie die Schüchternheit besiegen .....	43
3.2 So bauen Sie Blockaden ab .....	52
3.3 Das Gespräch beginnen – Begrüßungstechniken .....	55
3.4 Das Gesprächsklima anwärmen .....	59
3.5 Zu einer Gruppe dazustoßen .....	62
<b>4 Lektion 4: Mit diesen Themen kommen Sie an .....</b>	<b>65</b>
4.1 Gut Wetter! Das Verbindende zählt .....	65
4.2 Die Standardthemen richtig anpacken .....	71
4.3 Was im Small Talk heikel ist .....	91
<b>5 Lektion 5: Den Small Talk sicher führen .....</b>	<b>95</b>
5.1 Das Eis brechen .....	96
5.2 Mit Fragen weiterkommen .....	101
5.3 Zuhören will gelernt sein .....	110
5.4 Den Small Talk elegant beenden .....	113
<b>6 Lektion 6: Wie Sie kritische Situationen meistern .....</b>	<b>117</b>
6.1 Immer schön fröhlich? .....	117
6.2 Namen sind kein Schall und Rauch .....	121
6.3 Gehen Sie über Pannen hinweg! .....	125

6.4	Wenn der Small Talk zum Quiz wird .....	127
6.5	Wie Sie Vielredner loswerden .....	132
6.6	Sind Klatsch und Tratsch erlaubt? .....	134
6.7	Wie plaudert man mit seinem Chef? .....	136
6.8	Schlagfertig reagieren auf Angeber und Störer .....	140
<b>7</b>	<b>Lektion 7: So werden Sie zum Small Talk-Profi .....</b>	<b>145</b>
7.1	Trennen Sie sich von »schlechten« Angewohnheiten .....	145
7.2	Lassen Sie Ihre Stimme klingen .....	152
7.3	Gesprächsstil: Fünf Regeln für gelungenen Small Talk .....	156
7.4	Frauen sprechen anders, Männer auch .....	163
7.5	Wie Sie Ihre Ausdrucksweise bereichern .....	167
7.6	Und plötzlich auf Englisch .....	172
<b>8</b>	<b>Lektion 8: Wie Sie eine gute Figur machen .....</b>	<b>175</b>
8.1	Der erste Eindruck zählt .....	175
8.2	Haltung, Abstand, Blickkontakt .....	179
8.3	Körpersprache – andere verstehen ohne Worte .....	186
8.4	Mit Gestik und Mimik bewusster umgehen .....	192
<b>9</b>	<b>Lektion 9: Das Networking beginnt! .....</b>	<b>199</b>
9.1	Was erfolgreiches Networking ausmacht .....	199
9.2	Kontakte aufbauen plus pflegen .....	201
9.3	Die 3 C des Small Talk .....	206
<b>10</b>	<b>Anhang .....</b>	<b>209</b>
10.1	Lösungen .....	209
10.2	Anregungen für Ihren Small Talk .....	218
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>221</b>
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>223</b>
	<b>Die Autoren .....</b>	<b>227</b>